

## پنومونی یا التهاب بافت ریه

به التهاب بافت ریه که یک یا دو طرف قفسه سینه را درگیر می کند که معمولاً در اثر عفونت، استنشاق مواد حساسیت زا و مواد شیمیایی ایجاد می شود پنومونی گفته می شود.

### علائم عفونت ریه

- ❖ تب و لرز
- ❖ درد قفسه سینه
- ❖ تنفس بسیار سریع و سطحی می شود
- ❖ سرفه که در ابتدا سرفه خشک است اما یک تا دو روز بعد همراه با خلط که معمولاً زرد رنگ یا نارنجی رنگ یا همراه با رگه های خونی می باشد.
- ❖ درد قفسه سینه در اثر تنفس عمیق، سرفه یا گسترش عفونت به پرده جنب

### پیشگیری از ابتلا

- ❖ ترک سیگار کشیدن
- ❖ دریافت واکسن پنوموکوک اگر فرد بالای سال سن دارد و بیماری زمینه ای دارد و سیستم ایمنی ضعیف است.
- ❖ واکسیناسیون آنفلوآنزا در فصل شیوع آنفلوآنزا (اواخر شهریور ماه)

❖ رعایت نکات بهداشتی در صورت ابتلا به سرماخوردگی و یا سایر عفونت های تنفسی برای پیشگیری از انتقال آن به افراد دیگر

### عفونت ریوی چگونه تشخیص داده می شود؟

پزشک با سوالاتی که از شما می پرسد و معاینات و برخی اقدامات تشخیصی شامل آزمایش های خون، کشت خلط، عکس ساده قفسه سینه بیماری را تشخیص می دهد.

### در چه افرادی شایع است؟

- ۱- کودکان خصوصاً آنهایی که بیماری زمینه ای دارند
- ۲- افراد سیگاری
- ۳- افراد الکلی
- ۴- افراد با بیماری های مزمن
- ۵- افراد پیر و ضعیف

### درمان پنومونی

- ❖ این بیماری در مواردی به صورت سرپایی قابل درمان است و در موارد دیگر به صورت بستری صورت می گیرد.
- ❖ درمان با آنتی بیوتیک، فیزیوتراپی قفسه سینه و در مواردی اکسیژن استفاده می شود.
- ❖ در صورتی که در ۲ تا ۳ ماه گذشته سفری به کشورهای دیگر داشته اید بسیار مهم است که فوراً این موضوع را با پزشک خود در میان بگذارید.
- ❖ بسته به نوع و شدت بیماری ممکن است درمان خوراکی یا تزریقی استفاده شود.

❖ پس از درمان موفقیت آمیز عفونت ریوی ممکن است احساس خستگی، کوتاهی تنفس و سرفه های آزار دهنده و طولانی مدت را برای چند هفته داشته باشید که طبیعی است.

❖ از یک دستگاه مرطوب کننده با بخور سرد برای مرطوب کردن هوا استفاده شود.

❖ از یک بالشتک گرم یا کمپرس گرم بر روی قفسه سینه برای تخفیف درد سینه استفاده کنید.

❖ تشویق بیمار به سرفه کردن و تنفس عمیق جهت کمک به تخلیه ترشحات ریوی توصیه می گردد. تخلیه ترشحات باید با دقت انجام شود.

### رژیم غذایی

رژیم خاصی نیاز نیست ولی باید سعی شود میزان دریافتی مواد مغذی و مایعات در حد طبیعی حفظ شود هر ساعت باید حداقل مایعات مصرف شود. مصرف مایعات به رقیق شدن ترشحات ریوی و در نتیجه تخلیه آسان تر با سرفه کمک می کند.

### فعالیت در زمان ابتلا به این بیماری

❖ استراحت در بستر تا هنگام بر طرف شدن تب، درد و کوتاهی نفس حداقل به مدت ۴۸ ساعت ضروری است.

یا من اسیر دواء و ذکره شفاء

## راهنمای بیمار خود مراقبتی در پنومونی (التهاب ریوی)



تهیه کننده:

**معصومه رامیار**

(کارشناس پرستاری)

تأیید کننده: دکتر مهرناز آقاعباسی

بهار ۱۴۰۴

### اقدامات پرستاری برای بهبود وضعیت بیماری

- ✓ استفاده از اسپرومتری تشویقی هر ۱-۲ ساعت یک بار
- ✓ در صورت CBR بودن هر ۱-۲ ساعت در تخت پهلو به پهلو شود
- ✓ انجام تنفس لب غنچه ای
- ✓ انجام تنفس عمیق هر ۲ ساعت یک بار
- ✓ قرار دادن بیمار در وضعیت نشسته و نیمه نشسته
- ✓ مصرف ۲۵۰۰ سی سی مایعات در روز در صورت عدم منع مصرف
- ✓ مرطوب کردن هوای دمی
- ✓ ترک سیگار
- ✓ انجام فعالیت طبق تحمل بیمار
- ✓ عدم مصرف مایعات سرد
- ✓ دوری کردن از مواد حساسیت زا (گرده گل، عطر)
- ✓ پرهیز از مصرف غذای نفاخ

### منابع:

تایلور، تشخیص های پرستاری  
ناندا و برونر و سودارث ۲۰۱۸  
جلد تنفس و تبادلات گازی

❖ ممکن است تا ۶ هفته پس از بهبودی احساس خستگی و ضعف وجود داشته باشد بنا بر این نباید انتظار داشت که به سرعت به توان اولیه خود باز گردد.

### در چه شرایطی باید به پزشک مراجعه نمود؟

- ✓ افزایش درجه حرارت به بالاتر از ۳۸/۹ درجه سانتیگراد
- ✓ درد غیر قابل تحمل با وجود مصرف مسکن و گرم کردن محل درد
- ✓ تنفس سطحی و سریع
- ✓ کبودی ناخن ها و پوست
- ✓ خلط خونی
- ✓ تهوع، استفراغ یا اسهال

### تشخیص های پرستاری

- ❖ پاکسازی نا مؤثر راه هوایی در ارتباط با تجمع ترشحات
- ❖ اختلال در تبادلات گازی در رابطه با الگوی نا مناسب تنفسی
- ❖ احتمال اختلال در تهویه خود به خودی در ارتباط با اختلالات تنفسی
- ❖ عدم تحمل فعالیت در ارتباط با تنگی نفس
- ❖ ترس و اضطراب در ارتباط با بیماری